

Praktische info: TENTENKAMP 2017

VERTREK

Woensdag **2 augustus** om 7.00 u aan het station van Deinze

TERUGKOMST

Zaterdag **12 augustus** om 18.00 u aan het station van Deinze

BETALING

GELIEVE TEN LAATSTE TEGEN 20 JULI €130 TE STORTEN NAAR BE49 8601 0881 3871 MET VERMELDING NAAM + BAN.

LOCATIE

Het adres van onze bestemming zal pas aan het station bekend gemaakt worden. We willen immers vermijden dat er kaarten en plannen van het gebied worden meegenomen.

WAT NEEM JE ALLEMAAL MEE:

Jullie gaan op kamp en dit betekent een lange tocht in het vooruitzicht. Zorg er dus voor dat jullie alles zelf kunnen dragen! Dit kan enkel in een degelijke **trekrugzak**.

Wat heb je nog nodig?

- (Compact) Matje + slaapzak
- Stapschoenen (aan bij vertrek)
- Drinkbus
- Gamel + bestek

Zorg voor een **rugzak op maat**, en goed **afstelbaar** op je eigen lichaam. Er zijn speciale modellen specifiek gemaakt voor mannen en vrouwen. Koop geen te grote trekrugzak (kans is groter dat je te veel meeneemt), maar ook niet te klein (er kan niet genoeg in je rugzak)

Wij raden een volume aan van ongeveer **65 à 70l** met een ideaal gewicht van ongeveer **12kg** helemaal gevuld. Alles wat meer is, zorgt voor ongemakken! Steek spullen in plastic zakken (bijvoorbeeld vuilzak) voor extra bescherming tegen regen. Als je je matje bevestigd aan de buitenkant van je trekrugzak, zorg hier dan ook voor bescherming tegen regen.

Enkele tips voor een goed passende trekrugzak:

- Lengte van schouderriemen
- Afstelling van alle riemen (schouders, nek, heupen...)

- Hang rugzak op rug met ruime riemen
- Buig licht voorover en span heupgordel om bekken
- Ga rechtop staan en stabiliseer aanhechting van de heupgordel aan de rugzak
- Trek schouderbanden strak aan en sluit borstbandje
- Span de stabilisatieriemen van de schouderband aan
- Een rugzak steunt eigenlijk op de heupen en mag nooit draaglast op je schouders veroorzaken

Maak je trekrugzak verstandig! Wat je eerst nodig hebt steek je dus best bovenaan. **Zware dingen steek je best zo dicht mogelijk bij je rug. Zorg er ook voor dat er niets hangt te bengelen aan je rugzak.** Dit is enorm vervelend tijdens het stappen.

WAT MAG JE OOK NIET VERGETEN:

- KSA-hemd aan bij vertrek
- Lunchpakket voor de eerste dag
- Trekrugzak zelf kunnen dragen
- Waterschoenen
- Zaklamp
- Medicatie - medische fiche (afgeven aan leiding)
- ID & zakgeld (15 euro)

WAT MAG NIET MEE:

- GSM, iPod, alcohol, sigaretten, drugs, snoep
- Veldbed
- Shampoo (Zeep en shampoo van thuis zijn niet toegelaten op het kampterrein! De leiding voorziet voldoende biologisch afbreekbare zeep)
- Slippers, Crocs
- Trolley
- Kaarten/ GPS
- Gitaren

CONTACT

Inschrijven kan op de site! Bij vragen, stuur een mailtje naar de leiding van de KNIM of SJO.

EEN UITGEBREIDE VERSIE VAN WAT ER VERWACHT WORDT MEE TE HEBBEN, ZAL IN HET KAMPBOEKJE STAAN DIE HALVERWEGE JULI IN DE BUS ZAL WORDEN GESTOKEN EN ONLINE OP DE SITE